

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) merupakan gangguan sistem saraf yang menyebabkan seseorang susah fokus terhadap suatu hal, memiliki perilaku impulsif, dan cenderung hiperaktif (Nurin, 2019). Data mengenai pengidap ADHD di Indonesia pada tahun 2009 menunjukkan prevalansi anak ADHD pada usia sekolah mengalami peningkatan sebesar 15.8% dari 3600 anak yang berusia 3 – 18 tahun (Saputro, 2009). Sementara itu berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018 mengenai persentase penduduk Indonesia berumur 10 tahun ke atas yang mengalami disabilitas, 2,81 % penduduk Indonesia memiliki kesulitan mengingat atau berkonsentrasi yang termasuk dalam gejala yang dialami pengidap ADHD.

Hingga saat ini penanganan untuk ADHD umumnya berupa medikasi menggunakan obat seperti Adderall dan Ritalin (Marks, 2018). Namun, metode tersebut tidak sepenuhnya efektif bagi anak-anak terutama yang masih berusia sangat muda (Estrada-Plana, et al, 2019). Hal tersebut diperjelas dalam “ADHD Parents Medication Guide” yang dirilis oleh *American Academy of Child & Adolescent Psychiatry and American Psychiatric Association* (2013) yang mengatakan medikasi dalam bentuk stimulan maupun non stimulan pasti akan memiliki efek samping diantaranya berkurangnya nafsu makan atau kesulitan tidur (hlm. 10).

Penanganan ADHD atau metode intervensi lainnya yang dapat dilakukan selain pengobatan dalam bentuk obat adalah metode terapi kognitif yang dilakukan bersama psikoterapis (Millichap, 2010). Psikolog Theresia Michelle mengatakan penanganan ini lebih digemari oleh orang tua sebagai metode intervensi anak mereka yang memiliki ADHD. Metode terapi seperti ini juga telah mengalami modifikasi yang kreatif untuk menarik perhatian sang anak. Hal ini berkesinambungan dengan munculnya alternatif terapi lainnya bernama *child-centered play therapy* atau CCPT (Robinson, Simpson, & Hott, 2017). Menurut Casado-Frankel (2016) dalam artikelnya di *Psychology Today*, *play therapy* efektif ditujukan kepada anak karena pada dasarnya anak-anak lebih mudah mengekspresikan dirinya lewat permainan dibanding lewat kata-kata.

Penelitian yang dilakukan oleh Estrada-Plana dan beberapa rekannya dengan topik “Board Game's Efficacy in Children with ADHD” menunjukkan alternatif baru untuk intervensi ADHD dengan menggunakan *board game* sebagai media alternatif terapi (2019). Artikel yang ditulis oleh ADHD EDITORIAL BOARD menyebutkan tiga contoh *board game* yang dapat digunakan sebagai alternatif untuk *play therapy* di rumah, “Clue”, “Chinese Checkers”, dan “Memory Game” (2020).

Michelle Theresia juga menyebutkan sistem pendidikan Indonesia yang masih berbentuk konvensional dengan proses pembelajaran yang menuntut anak untuk duduk diam selama pelajaran dan mendengarkan guru sulit untuk diikuti anak dengan ADHD. Hal tersebut dapat mengakibatkan perkembangan belajar mereka terhambat dibandingkan teman sekelasnya yang lain. Untuk itu anak

ADHD perlu mendapat penanganan sedini mungkin sehingga mereka mampu mengendalikan gejala yang mereka miliki dan mampu beradaptasi di lingkungan belajar.

Oleh karena itu melalui penelitian ini penulis bertujuan merancang *board game* yang dapat dijadikan sebagai media alternatif untuk melakukan *play therapy*. *Board game* ini diperuntukan untuk anak dengan ADHD dalam rentang umur 6 - 10 tahun sebagai media terapi agar anak dapat menghadapi ADHD di dalam lingkungan belajar.

1.2. Rumusan Masalah

1. Bagaimana perancangan *board game* sebagai alternatif terapi bermain untuk anak usia 6 – 10 tahun dengan ADHD?

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Demografis
 - a. Usia : 6 – 10 tahun
 - b. Pendidikan : berada di kelas 1 – 3 SD
 - c. Jenis kelamin : Laki-laki dan perempuan
 - d. Kebangsaan : Indonesia

- e. Spesifikasi : Penderita ADHD *subtype inattentive* (primer) dan *subtype hyperactive-impulse* atau kombinasi (sekunder).
- 2. Geografis : Jabodetabek (primer), Indonesia (sekunder)
- 3. Psikografis :
 - a. Memiliki rentang atensi di bawah rata-rata usianya. Menurut Brain Balance Achievement Center, Rata-rata rentang atensi ditentukan dari umur dikali 2 – 5 dalam satuan menit (2019).
 - b. Memiliki kesulitan mengingat atau pelupa.
 - c. Memiliki kesulitan belajar di dalam kelas.
- 4. SES : B – B+ (menengah - menengah atas)

1.4. Tujuan Tugas Akhir

Merancang *board game* sebagai media *Play Therapy* untuk anak dengan ADHD berusia 6 – 10 tahun di Jabodetabek.

1.5. Manfaat Tugas Akhir

Manfaat yang dapat diperoleh dari perancangan Tugas Akhir adalah sebagai berikut:

- 1. Penulis mampu memahami lebih dalam mengenai kesulitan anak-anak pengidap ADHD di lingkungan Sekolah Dasar dan bagaimana penulis dapat berkontribusi untuk membantu meringankan kesulitan yang dialami anak dengan ADHD di dalam lingkungan sekolah maupun masyarakat.

2. Perancangan Tugas Akhir dapat digunakan oleh terapis maupun non terapis sebagai media alternatif untuk terapi intervensi anak dengan ADHD berumur 6 – 10 tahun.
3. Perancangan Tugas Akhir diharapkan menjadi bahan referensi mahasiswa lain yang memiliki topik yang serupa. Terutama bagi mahasiswa di Universitas Multimedia Nusantara.